



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

TAVUK TANTUNİ

1 tavuk göğsü
3 dis sarımsak
1 adet soğan
2 adet sivri biber
1 adet domates
Tuz
Karabiber
Kimyon
Pulbiber
Kekik

Tavukları minik minik doğrayıp yağda soteleyin. Sırası ile soğan, sarımsak, biber, baharatlar ve domatesi ekleyerek kavurun. Ekmek arası yada lavaş arası servis edebilirsiniz.

